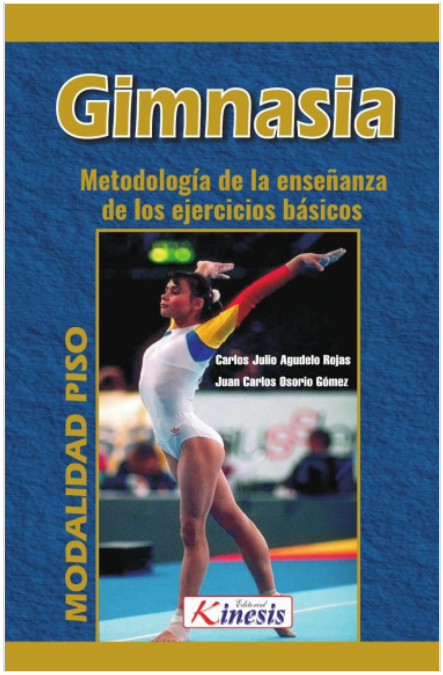
Gimnasia. Metodología de la enseñanza de los ejercicios básicos. Modalidad piso

Autores

Juan Carlos Osorio, Julio Agudelo

Sinopsis

La gimnasia artística ha sido considerada una práctica deportiva de gran belleza, armonía y virtuosismo, además de ser considerada como uno de los deportes más completos y de mayor exigencia. Esta es una práctica artístico-deportiva que integra fuerza, flexibilidad y elegancia en formas de movimiento realizadas por el hombre, para vencer la gravedad y las leyes físicas. En este texto lo(a)s profesionales de la educación física y/o interesado(a)s en aprender la metodología para la enseñanza de los ejercicios gimnásticos en la modalidad de suelo, encontrarán la descripción completa parar llevar a cabo un entrenamiento a todo nivel. Aquí se presentan los ejercicios claramente explicados y detallados para que el lector pueda aprenderlos y practicarlos fácilmente; en cada uno de los ejercicios propuestos se presenta, además de la descripción verbal, una representación gráfica que, sirve de apoyo para la comprensión del mismo. Esta obra constituye pues, una guía para que lo(a)s docentes o entrenadore(a)s de gimnasia, puedan desarrollar perfectamente el entrenamiento de los ejercicios básicos aplicando una metodología práctica.



IBD

Año de publicación: 2017

Presentación: Tapa blanda o Bolsillo

Tamaño: 21.5 x 14 cm

Número de páginas del contenido principal: 130 Páginas

ISBN13: 9789588269931

JC

Sobre el autor

Juan Carlos Osorio

Palabras clave

Deporte; Gimnasia; Manos libres

JA

Julio Agudelo

2026 © Sistema Integrado de Metadata Estandarizada desarrollado por Hipertexto - Netizen